



CÓD 102 - EDUCADOR FÍSICO (NASF 3)

LEIA COM ATENÇÃO AS INSTRUÇÕES DESTE CADERNO

1. Este Caderno contém a **Prova Escrita Objetiva** abrangendo conteúdos de **Língua Portuguesa** (20 questões) e **Conhecimentos Específicos** (20 questões). Verifique se o CADERNO tem algum erro, caso haja, comunique o (a) FISCAL DE SALA.
2. Quando receber a FOLHA DE RESPOSTAS confira seu nome, seu número de inscrição e a função de opção.
3. Assine à tinta (azul ou preta) no espaço próprio para assinatura.
4. Use como rascunho a última folha deste CADERNO DE QUESTÕES..
5. **A duração total da prova é de 3 horas.**
6. No período estabelecido para a realização da prova, está incluído o tempo necessário à transcrição das respostas para a FOLHA DE RESPOSTAS.
7. O CADERNO DE QUESTÕES deverá ser entregue juntamente com a FOLHA DE RESPOSTAS.
8. Siga as instruções abaixo para preencher a FOLHA DE RESPOSTAS.

AO TRANSFERIR AS RESPOSTAS PARA A FOLHA DE RESPOSTAS:

- 1 - Use apenas caneta esferográfica (tinta azul ou preta)
- 2 - Preencha toda área reservada à opção correspondente resposta solicitada em cada questão;
- 3 - Assinale apenas uma alternativa em cada questão. Sua resposta não será computada se houver marcação de mais de uma alternativa, questões não assinaladas ou questões rasuradas.
- 4 - A FOLHA DE RESPOSTAS não deve ser dobrada, amassada ou rasurada.
- 5 - **NÃO DEIXE NENHUMA QUESTÃO SEM RESPOSTA.**

9. Os três últimos candidatos deverão permanecer na sala até a entrega da prova pelo último candidato.
10. O Gabarito Oficial será divulgado até cinco dias úteis após a realização desta prova objetiva no site www.conselconcursos.com.br, onde também será disponibilizado um exemplar deste **CADERNO DE QUESTÕES**.

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

1. Com relação aos planos e eixos do corpo e seus movimentos, complete a tabela abaixo:

| PLANOS | EIXOS | MOVIMENTOS |
|------------|------------------------------|--|
| SAGITAL | I | FLEXÃO, EXTENSÃO E HIPEREXTENSÃO |
| | II EIXO ÂNTERO- POSTERIOR | III |
| TRANVERSAL | LONGITUDINAL | IV |

A) I - LÁTERO LATERAL; II – HORIZONTAL; III - ROTAÇÃO INTERNA E EXTERNA; IV - ABDUÇÃO/ADUÇÃO

B) I - HORIZONTAL; II – FRONTAL; III - ROTAÇÃO INTERNA E EXTERNA; IV - ABDUÇÃO/ADUÇÃO

C) I - LÁTERO LATERAL; II – FRONTAL; III - ROTAÇÃO INTERNA E EXTERNA; IV - ABDUÇÃO/ADUÇÃO

D) I - LÁTERO LATERAL; II – FRONTAL; III - ABDUÇÃO/ADUÇÃO; IV - ROTAÇÃO INTERNA E EXTERNA

2. O alongamento é essencial para o aquecimento e relaxamento muscular antes do início da prática de qualquer atividade física. O tempo mínimo necessário para promover um alongamento efetivo é de:

- A) 15 segundos
B) 10 segundos
C) 25 segundos
D) 30 segundos

3. Criado na Alemanha em 1919, o Handebol é uma modalidade, apesar de pouco difundida em comparação ao futebol e ao vôlei no Brasil, as equipes nacionais se destacam em torneios mundiais e olimpíadas. Considere as alternativas a seguir:

- I. É proibida a permanência de qualquer jogador na área do goleiro. Sendo permitido apenas que ele dê

um salto e lance a bola enquanto estiver no ar.

II. É permitido que um jogador se desloque com a bola, sem quica-la, por no máximo 4 passos.

III. A linha de 7 metros determina a área do goleiro.

São corretas, EXCETO:

- A) Apenas, III
B) I, II e III
C) Apenas, I.
D) II e III.

4. Sobre a recomendação de atividade física a pacientes hipertensões, pode-se afirmar que:

A) É recomendado a prática de esportes com componentes estáticos e dinâmicos de alta intensidade.

B) É preciso evitar esportes com componentes estáticos e dinâmicos muito intensos.

C) é liberado realizar qualquer atividade física.

D) Deve-se evitar todo e qualquer esporte.

5. Leia as afirmativas a seguir:

I. Aprendizagem motora é uma melhora significativa no desempenho, tem sua inferência na capacidade do indivíduo executar uma determinada tarefa, melhora essa que ocorre em função da prática.

II. Desenvolvimento motor é a continua alteração no comportamento ao longo do ciclo da vida, realizado pela interação entre as necessidades da tarefa, a biologia do indivíduo e as condições do ambiente

Marque a alternativa correta:

- A) Apenas a primeira afirmativa está correta.
B) Nenhuma das afirmativas está correta,
C) Apenas a segunda afirmativa está correta.
D) As duas afirmativas estão corretas.

6. O trecho abaixo refere-se as regras do Voleibol. Assinale a alternativa que

preencha corretamente a lacuna abaixo.

“_____ é a sequência de ações de jogo ocorridas desde o momento em que o saque é executado pelo jogador sacador até o momento em que a bola é considerada fora de jogo. _____ completo é a sequência de ações de jogo as quais, ao final, resultam em um ponto. “

- A) Rally / Jogo
- B) Jogada / Jogo
- C) Rally / Rally
- D) Jogada / Jogo

7. A ginástica rítmica, também conhecida como GRD é uma prática desportiva que desenvolve equilíbrio, força e agilidade. Identifique e assinale a alternativa que contém os aparelhos utilizados nas competições desta prática.

- A) Solo, Barra e Trampolim.
- B) Arco, bola, corda e fita.
- C) Bola, corda e fita.
- D) Arco, bola, corda, fita e maçãs.

8. Fazem parte dos princípios da fisiologia do exercício, **EXCETO**:

- A) Adaptação
- B) Reversibilidade
- C) Sobrecarga
- D) Desempenho

9. Julgue como Verdadeiro (V) ou Falso (F) as asserções a seguir sobre a cultura corporal de movimento.

() Ao tratar pedagogicamente os elementos da cultura de movimento numa concepção crítico-superadora, a educação física deve concentrar-se em desenvolver a autonomia do aluno procurando valorizar as experiências dos alunos e a sua cultura deixando que ele desenvolva a sua resolução de problemas.

() A cultura corporal do movimento é o campo de estudos que pretende relacionar a relação entre o corpo, a natureza e a cultura.

- A) As duas alternativas estão corretas.
- B) Apenas a alternativa II está correta.
- C) Alternativa I e II estão incorretas.
- D) Apenas alternativa I está correta.

10. “Sedentarismo mata duas vezes mais que obesidade, diz estudo

O número de mortes relacionadas ao sedentarismo é duas vezes maior do que as ligadas à obesidade, de acordo com uma pesquisa da Universidade de Cambridge, na Inglaterra, publicada nesta quarta-feira no periódico *American Journal of Clinical Nutrition*. O estudo ainda constatou que caminhar 20 minutos por dia pode reduzir a mortalidade em pessoas com menos de 65 anos, uma vez que diminui o risco de desenvolvimento de doenças do coração e câncer.”

<https://veja.abril.com.br/saude/sedentarismo-mata-duas-vezes-mais-que-obesidade-diz-estudo/> Acesso em 05/Out

Considerada a doença do século, o sedentarismo é definido como a falta de atividades físicas ou esportivas. A respeito da diferença entre exercício físico e atividade física, assinale a alternativa **CORRETA**:

- A) Atividade física é uma sequência de movimentos sistematizada que são planejadas e executadas, possuindo um objetivo específico.
- B) O exercício físico é todo movimento realizado pelo corpo onde haja perda energética.
- C) O exercício físico é uma sequência de movimentos sistematizada que são planejadas e executadas, possuindo um objetivo específico.
- D) O esporte é considerado uma atividade física que alto impacto.

11. Segundo Gueths (2003), o exercício físico possui um papel fundamental no controle da massa corporal, o treinamento aeróbico pode produzir efeitos significativamente benéficos ao

organismo. A respeito das características do treinamento aeróbico, analise as afirmações a seguir:

- I. Para que o treinamento aeróbico possa produzir efeitos significativamente benéficos ao organismo, é preciso ser realizado uma prescrição adequada.
 - II. é importante iniciar e terminar o exercício sempre de forma gradativa e não exceder os seus limites fisiológicos.
 - III. Nesse processo metabólico o corpo produz energia sem usar o oxigênio.
 - A) As afirmações I e II são corretas, enquanto a III é incorreta.
 - B) Todas estão corretas.
 - C) Apenas a afirmação I e III estão corretas.
 - D) Apenas a afirmação I e III estão corretas.
-
12. Durante uma prática esportiva, Marcelo sofreu uma queda e acabou ferindo-se. O profissional de educação física presente constatou uma hemorragia externa. Diante disso, a prática de atendimento ideal é:
- A) Colocar uma bolsa de gelo ou compressas frias, afim de permitir a interrupção do fluxo de sangue e favorece a formação de coágulo
 - B) Lavar abundantemente o local até parar o sangramento.
 - C) Movimentar o local para verificar as condições da vítima e seu grau de dor.
 - D) É preciso realizar pressão direta sobre o ferimento afim de permitir a interrupção do fluxo de sangue e favorece a formação de coágulo.
-
13. Segundo a associação brasileira de psicomotricidade, a psicomotricidade é a ciência que tem como objeto de estudo o homem através do seu corpo em movimento e em relação ao seu mundo interno e externo. É um termo empregado a uma concepção de movimento organizado e integrado, em função das experiências vividas

pelo sujeito cuja ação é resultante de sua individualidade, sua linguagem e sua socialização. Acerca dos aspectos relacionados a atuação da educação física no desenvolvimento da psicomotricidade, é **INCORRETO** afirmar que:

- A) A coordenação motora fina representa o controle e a organização da musculatura ampla para a realização de movimentos complexos.
- B) A lateralidade representa a conscientização integrada e simbólica interiorizada dos dois lados do corpo, lado esquerdo e lado direito.
- C) A psicomotricidade tem como um dos seus objetivos possibilitar o desenvolvimento de aspectos comunicativos do corpo, fazendo com que o indivíduo possa conscientizar-se e ter controle sobre seu próprio corpo.
- D) As brincadeiras e os jogos são utilizados para que as crianças tomem consciência de seus corpos e também de suas capacidades motoras.

-
14. “Esta proposta é apresentada como uma nova opção metodológica em oposição às linhas anteriores da Educação Física na escola e prepara um caminho para a Educação Física como um meio para atingir o desenvolvimento cognitivo. Nesse sentido o movimento se destaca como um instrumento para facilitar a aprendizagem de conteúdos que estão diretamente ligados ao aspecto cognitivo, ou seja, a aprendizagem de leitura, escrita, raciocínio lógico-matemático etc. Outro aspecto relaciona-se com a procura da valorização das experiências dos alunos e a sua cultura deixando que o aluno construa o conhecimento a partir da interação com o meio, resolvendo problemas.”

O trecho acima refere-se a qual abordagem pedagógica?

- A) Abordagem Cultural
- B) Abordagem Crítico-Superadora

- C) Abordagem Construtivista-Interacionista
D) Abordagem Crítico-Emancipatória

15. O desempenho das fibras em situações de velocidade e carga variáveis é determinado por quatro propriedades do tecido muscular esquelético. As propriedades são comuns a todos os tipos de músculos, incluindo cardíaco, o liso e o esquelético. Assinale a alternativa que indica as suas propriedades
- A) irritabilidade, contratilidade, extensibilidade e elasticidade.
B) contratilidade, extensibilidade e elasticidade.
C) irritabilidade, contratilidade, extensibilidade e transversalidade.
D) transversalidade, contratilidade, extensibilidade e elasticidade

16. Enumere a segunda coluna de acordo com a primeira:

1. Badminton
2. Halterofilismo
3. Triatlo
4. Decatlo
5. Arremesso de Peso

() Competição de atletismo composta por 10 provas.

() Competição que inclui natação, ciclismo e corrida.

() Os atletas competem para arremessar uma bola de metal o mais longe possível

() Esporte similar ao tênis. Utiliza-se raquetes e uma espécie de peteca chamada de volante.

() Esporte onde o atleta tenta levantar o maior peso possível, do chão até sobre a cabeça, numa barra em que são fixados pesos.

A sequência correta é:

- A) 4,3,1,2,5
B) 4, 3, 5, 2, 1
C) 4,3, 5, 1,2
D) 3, 4, 5, 1, 2

17. "Em relação aos tipos de contração realizadas pelo músculo, as contrações _____ servem

para estabilizar as articulações enquanto outras são movidas. Gera tensão muscular sem realizar movimentos. É responsável pela postura e sustentação de objetos em posição fixa. "

- A) Excêntricas
B) Isométricas
C) Concêntricas
D) Superficiais

18. O alongamento muscular é frequentemente utilizado antes da realização de atividades físicas e tem por objetivo:

A) O aumento da flexibilidade muscular promovendo o estiramento das fibras musculares, fazendo com que elas diminuam o seu comprimento.

B) A diminuição da flexibilidade muscular promovendo o estiramento das fibras musculares, fazendo com que elas aumentem o seu comprimento.

C) Aquecer o corpo para maior desempenho durante a atividade física.

D) O aumento da flexibilidade muscular promovendo o estiramento das fibras musculares, fazendo com que elas aumentem o seu comprimento.

19. Segundo Oliveira (2010) aprendizagem motora é o melhoramento gradativo de um indivíduo ao desempenhar um certo comportamento motor, que é analisado através da prática. Os tipos de aprendizagem são:

A) aprendizagem motora, aprendizagem cognitiva e aprendizagem afetiva.

B) Aprendizagem motriz, emocional e desenvolvimentista.

C) Aprendizagem crítica, cognitiva e afetiva.

D) Aprendizagem crítica, motora e cognitiva.

20. São consideradas práticas corporais alternativas:
- A) Danças
 - B) Capoeira
 - C) Yoga
 - D) Boliche
-

Língua Portuguesa

21. Quanto aos antônimos nas alternativas abaixo, há uma errada. Assinale-a:
- A) aberto e fechado; alto e baixo.
 - B) amor e ódio; soberba e humildade.
 - C) bonito e feio; certo e errado.
 - D) bem e mau; bom e mal.
-

22. Assinale a alternativa em que está correto o uso do acento indicativo de crase:
- A) vai fazer um ano que assisti à esse desenho.
 - B) ele se referiu às pessoas sem memória.
 - C) refiro-me à Flora, e não à Bruna.
 - D) hoje sou eu quem paga à conta.
-

23. Assinale a frase gramaticalmente correta:
- A) Luciana não lanchou porém jantou.
 - B) Brasília, que é a capital do Brasil, foi fundada na década de 60.
 - C) não fui à aula por que estava chovendo.
 - D) fui ao supermercado mas não trouxe nada do que vocês pediram.
-

24. A flexão de número incorreta é:
- A) ideia - ideias.
 - B) sagaz - sagazes.
 - C) cidadão - cidadãos.
 - D) cânon - cânones
-

25. Assinale a única alternativa incorreta quanto à regência do verbo:
- A) roubou o primo durante o dia.
 - B) moraram na Avenida das Flores.
 - C) meu amigo vingou o irmão.
 - D) esqueceu de todos os momentos tristes.
-

26. Das frases a seguir identifique a palavra errada:

- A) A farmácia cerrou as portas mais cedo hoje.
 - B) Nas décadas de 30 e 40, o que se viu foi uma impressionante imigração de europeus para todas as Américas.
 - C) Nossa despensa esta vazia.
 - D) a cerração é causa de acidentes nas estradas.
-

27. Indique a frase correta referente a utilização do numeral:

- A) Primeiro de janeiro.
 - B) Um mil reais.
 - C) 3ª festa da uva.
 - D) Século I (século um).
-

28. Complete a frase com o sinônimo:
O que não se pode *decompor* é_____.

- A) intransponível.
 - B) individez
 - C) indecomponível.
 - D) imprevisível.
-

29. Assinale a alternativa correta quanto ao plural:

- A) arroz - arrozes; giz - gizes.
 - B) (B) refil – refils; corrimão – corrimães.
 - C) pagão – pagões; degrau – degrais.
 - D) cristão- cristães; capitão – capitães.
-

30. Identifique a frase com pronome possessivo:

- A) ninguém quis discutir sobre a festa de ontem.
 - B) rasguei meu vestido na porta do seu carro.
 - C) os jogadores do Brasil perderam o campeonato.
 - D) a imobiliária que comprei é um pouco antiga.
-

31. Das frases a seguir identifique a que constitui uma metáfora.

- A) esse homem é muito bondoso.
 - B) depois disso voltamos pra casa.
 - C) o homem que trabalha, vive melhor.
 - D) na sua mente povoa só maldade.
-

32. Indique os substantivos abstratos a partir das palavras seguintes: branco – feio – doce .

- A) branca – feioso – doçura.
- B) branca – feiura – doçura.
- C) escuro – bonito - salgado.
- D) escuro – feiura – doçura.

33. A palavra amor é um substantivo?

- A) comum, abstrato, primitivo e simples
- B) próprio, concreto, primitivo e simples.
- C) comum, concreto, primitivo e simples.
- D) próprio, abstrato, primitivo e simples.

34. Considere as orações:

- I. Gostaria de compreender o porquê da sua nota baixa.
- II. Não vou ao aniversário porque tenho que estudar para a prova. As palavras destacadas são classificadas, respectivamente, como:

- A) conjunção e advérbio
- B) substantivo e conjunção.
- C) conjunção e substantivo.
- D) substantivo e advérbio.

35. Substitua a expressão adverbial em destaque na frase por um advérbio equivalente.

O motorista agiu com mestria.

- A) involuntariamente.
- B) impiedosamente.
- C) simultaneamente.
- D) magistralmente.

36. Identifique as opções em que meio é advérbio.

- I. sei um meio de entrar sem pagar.
- II. rachei a tabua ao meio.
- III. Márcia saiu meio triste, mas voltou alegre.
- IV. é preciso cuidar do meio ambiente.

Assinale a alternativa:

- A) apenas I e II.
- B) apenas I, II e IV.
- C) apenas III.

D) apenas II e III.

37. Analise as series que tem somente palavras corretas:

- A) batismo, batizar, catequese, catequizar, analise, analisar.
- B) flecha, chato, xereta, cuscuz, chinelo, umidecer.
- C) advinhar, garage, tristeza, prazo, caso, vaso.
- D) vagem, pajem, jeito, mortadela, largatixa, êxtase.

Leia o texto abaixo e responda as questões de 18 a 20

Preserve os bichos

A Terra já conheceu inúmeras espécies de animais. Muitas foram extintas como a dos dinossauros que viveram no planeta por cerca de 140 milhões de anos e desapareceram por consequência da queda de meteoros. São várias as causas da extinção de espécies pelo homem: caça indiscriminada, tráfico de animais, alteração do *habitat* através da destruição das matas, poluição do ar, da água e do solo. No Brasil, mais de 250 espécies de animais estão seriamente ameaçadas.

(Disponível em <http://www2.uol.com.br>)

Nas questões 1 a 3, assinale a palavra que preenche corretamente a lacuna na frase:

38. Várias espécies _____ sendo ameaçadas!

- A) vem
- B) vêm
- C) veem
- D) nda

39. Várias espécies _____ sido ameaçadas!

- A) tem
- B) têm
- C) teem
- D) têm

-
40. O que ocasionou o desaparecimento dos dinossauros?
- A) foi ocasionado pela queda de meteoros.
 - B) em decorrência do tráfico de animais.
 - C) pela destruição das matas
 - D) poluição do ar.
-

BOA SORTE!